

(Alimentación licuada casera)

## ¿Qué es la fórmula licuada para la alimentación por sonda?

La fórmula licuada es una fórmula hecha en casa usando alimentos reales. Algunos ingredientes pueden incluir:

- Alimentos para bebés
- Alimentos caseros
- Fórmula comercial

Muchas veces se usa una licuadora para mezclar estos alimentos, lo cual ocasionalmente se refiere a un licuado o alimentación licuada por sonda.



**Hable con el médico de su hijo** sobre las fórmulas caseras. Pregunte si son adecuadas para su hijo. **Algunas afecciones médicas dificultan o hacen imposible esta alimentación.**

### No se recomienda el uso de esta fórmula si:

<ul style="list-style-type: none"><li>• Se usa una sonda de yeyunostomía o una sonda nasogástrica.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Requiere alimentación licuada nocturna.</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• La sonda gástrica es más pequeña que el diámetro de 14 French.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Tiene alimentación por goteo continuo.</li></ul>

### La alimentación casera por sonda puede ser muy difícil si su hijo tiene:

<ul style="list-style-type: none"><li>• Muchas alergias a los alimentos.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Un trastorno metabólico.</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Un sistema inmunológico debilitado.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• La necesidad de evitar muchos alimentos.</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Menos de 6 meses de edad.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Enfermedad renal.</li></ul>

## ¿Es la fórmula casera adecuada para mi hijo?

Es importante tener en cuenta muchos aspectos antes de elegir una fórmula casera para su hijo. La tabla que se encuentra en la siguiente página le ayudará a decidir.

- La alimentación con licuados por sonda es un compromiso para usted y su familia. Requiere más tiempo, energía y recursos que utilizar una fórmula comercial.
- Puede ser más fácil utilizar la fórmula comercial cuando viaje o si su hijo está enfermo.
- Existen varias fórmulas comerciales de alimentos licuados disponibles en el mercado. Consulte a su dietista para ver si esta es una opción segura para su hijo.

	Ventajas	Desventajas
<b>Valor nutritivo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mezclar diferentes alimentos enteros le proporciona una dieta más variada a su hijo. Esto puede conducir a una mejor salud en general.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Las fórmulas caseras pueden no tener la cantidad suficiente de algunos nutrientes necesarios para su hijo. Esto depende de qué y cuántos alimentos utilice. La mayoría de las fórmulas comerciales tienen las proteínas, calorías, vitaminas y minerales suficientes para el crecimiento.</li> </ul>
<b>Costo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>La fórmula hecha en casa <b>puede</b> costar menos de lo que paga por una fórmula comercial.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>A menudo, el seguro cubre el gasto de fórmulas comerciales, pero no la alimentación con licuados por sonda.</li> <li>Se necesita una licuadora de calidad para mezclar la fórmula correctamente.</li> </ul>
<b>Preparación</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Su hijo puede ayudar a elegir y mezclar los alimentos.</li> <li>Una comida licuada puede incorporar alimentos caseros. Esto hace que la comida de su hijo sea como la suya y crea una sensación de la "hora de comida".</li> <li>Permitir que su hijo elija y prepare su comida aumenta el interés por probar alimentos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Preparar fórmulas caseras requiere tiempo; las fórmulas comerciales vienen preparadas.</li> <li>Debido a que las fórmulas caseras se preparan a mano, existe un riesgo mayor de infección.</li> <li>La fórmula casera solo puede prepararse con 24 horas de anticipación para evitar que se eche a perder. Si no, es necesario conservarla en el congelador.</li> </ul>

### Hable con el dietista sobre lo siguiente:

- Las calorías, las proteínas, las vitaminas, los minerales y el agua que necesita su hijo.
- Cómo satisfacer estas necesidades con los alimentos caseros.
  - Puede ser necesario dar 8 onzas al día de una fórmula nutritiva como Pediasure Grow & Gain®. Esto ayuda a asegurar que su hijo reciba las proteínas, las calorías, las vitaminas y los minerales necesarios para el crecimiento.
- Frecuencia con la que se deben programar las citas.
  - Al principio su hijo puede necesitar más consultas.



## ¿Cómo comenzar la alimentación casera por sonda?

- Hable primero con su doctor y dietista antes de comenzarla.
- Es mejor comenzar con una mezcla de alimentos para bebé colados y fórmula comercial.
- Comience lentamente, pruebe un alimento nuevo a la vez.
- Agregue un nuevo alimento cada 3 a 7 días.
- Puede probar con alimentos cocidos en casa cuando se sienta más cómodo.
- Puede demorar semanas o meses hacer la transición total a la alimentación licuada.
- Las fórmulas hechas en casa son más fáciles de dar con sondas de gastrostomía más grandes, como las de 16, 18 o 20 francés, y cuando se realiza alimentación en bolo con una jeringa.

## ¿Cómo y cuándo se debe preparar la fórmula licuada?

- Haga una porción a la vez. Una tanda es suficiente para que dure 24 horas.
  - **¡Es importante que los aparatos que va a utilizar estén limpios, al igual que las manos!**
- Si tiene espacio de almacenaje en el congelador, haga porciones adicionales y congélelas inmediatamente.
- Coloque la preparación en recipientes individuales para cada alimentación.
- Tape y refrigere inmediatamente.
- La fórmula debe estar a temperatura ambiente al momento de la alimentación. Si es necesario, puede poner el recipiente con la fórmula preparada bajo agua tibia para que alcance la temperatura ambiente.
- Enjuague la sonda con un chorro de agua después de la alimentación. Siga las indicaciones del dietista.
- La fórmula casera debe estar a temperatura ambiente solo por 2 horas o menos.
- Tire la fórmula que no utilice después de 24 horas.

## ¿Cómo saber si se satisfacen las necesidades de mi hijo?

El dietista le dará recetas para la fórmula licuada y un plan de alimentación. En cada cita de control, el dietista evaluará lo siguiente:

- El peso y crecimiento de su hijo.
- La tolerancia a la alimentación por sonda. El dietista se asegurará que no se produzcan vómitos, malestares ni diarrea.
- El consumo de calorías, proteínas, líquidos, vitaminas y minerales.

El dietista y el médico le ayudarán a cambiar o ajustar la alimentación para satisfacer las necesidades de su hijo lo mejor posible.

**Para más información, puede leer más sobre la fórmula hecha en casa en:**

<http://mealtimenotions.com/HomemadeBlendedFormulaHandbook.htm> o puede comprar *Homemade Blended Formula Handbook* (Manual sobre fórmulas licuadas caseras) en dicho sitio web.

\*Referencia: Klein, M.D. & Morris, S.E. (Eds.). (2007). *Homemade Blended Formula Handbook* (Manual sobre fórmulas licuadas caseras). Tucson, Arizona: Mealtime Notions LLC.

**Para obtener más información sobre la salud y el bienestar, consulte este recurso:**

<https://kidshealth.org/ChildrensWI/es/parents>

**ALERTA:** Llame al médico de su hijo, a su enfermera o a la clínica si tiene cualquier pregunta o inquietud o si su hijo tiene necesidades especiales de cuidados médicos que no se cubrieron en esta información.

**Esta hoja informativa fue creada para ayudarle a cuidar de su hijo o familiar. Esta hoja no reemplaza la atención médica. Hable con su proveedor de atención de salud sobre el diagnóstico, el tratamiento y el seguimiento.**